



GEMEINSAM IST HEILSAM

Sie kennen die Wirksamkeit von Shiatsu? Die vielfältigen Einsatzbereiche?

Wir, Shiatsu-TherapeutInnen Oberösterreichs möchten Ihnen eine kleine Übersicht bieten, damit Sie etwaige interdisziplinäre Fragen Ihrer PatientInnen kompetent beantworten können. Wir laden Sie ein sich selbst eine prozessbegleitende Shiatsubehandlungsreihe zu gönnen, um die Theorie in der Wirklichkeit und die Wirksamkeit an sich selbst zu prüfen. Bitte wenden Sie sich an gut ausgebildete und erfahrene ShiatsutherapeutInnen.

Vielleicht (hoffentlich) haben Sie von Ihren PatientInnen von der einen oder anderen „sehr guten Shiatsubehandlung“ gehört. Sollte Ihnen Negatives oder - aus Ihrer Sicht - kontraindizierte Themen zu Ohren gekommen sein, bitten wir Sie, uns zu kontaktieren: Österreichischer Dachverband für Shiatsu (info@oeds.at) oder Shiatsu Regionalgruppe OÖ (helgabarbarier@shiatsu-ooe.at) Oder sprechen Sie am besten gleich mit der/m jeweiligen behandelnden TherapeutIn.

Wir wären sehr daran interessiert auch Ihre Arbeitsweise und Erfahrungen kennen zu lernen, um unsere KlientInnen - wenn unsere Kompetenz nicht ausreicht oder unsere Arbeit nicht zielführend ist - an Sie weiterleiten zu können. Wir sehen wie kraftvoll eine gute Zusammenarbeit ist.

Sie sind sicher der gleichen Meinung:

Gegeneinander Arbeiten oder nicht voneinander wissen, ist fad und kostet uns nutzlose Energie und Geld. Ein funktionierendes Gesundheitswesen ist ein kommunizierendes, wohlwollendes, kompetenzübergreifendes Netzwerk.

Wir freuen uns, wenn Sie Fragen und Kritik an uns richten. Mit großem Respekt vor Ihrem sicher übervollen Terminkalender hoffen wir also darauf.

Hier ein kleiner Einblick in die Vielfalt von

SHIATSU

Shiatsutechniken sind sehr vielfältig. Die bisher 24 Shiatsuschulen Österreichs haben verschiedene Schwerpunkte. In OÖ gibt es grob beschrieben vier Richtungen:

- ▶ Struktureller Schwerpunkt: körperlicher Fokus (ähnliche Arbeitsweise wie die Physiotherapie oder Chiropraktik)
- ▶ TCM Schwerpunkt: körperliche, und mentale Ebene im Vordergrund (gute Ausbildung in Elemente-Lehre, Ernährung, Schröpfen, Moxen, manuelle Stimulation von Akupunkturpunkten, ähnliche Arbeitsweise wie TCM-Akupunktur. Jedoch viel tiefer gehender und längerer Kontakt entlang der Meridiane.)
- ▶ Schwerpunkt Faszien und Bindegewebsarbeit (ähnlich der Arbeit von Osteopathen und Rolfingtherapeuten)
- ▶ Vierdimensionale Shiatsubehandlungen: Keine vergleichbare Therapie hat diese ganzheitliche Arbeitsweise (Fokus auf körperlicher, mentaler, emotionaler, spiritueller Ebene). Da die Wirkungsweise eines menschlichen Systems nicht in Teilen begreifbar sein kann, ist letztere vielleicht die hilfreichste, weil sie wirklich ganzheitlich ist. Hier werden die gleichen Techniken wie oben beschrieben angewendet, jedoch wird viel achtsamer mit der empfindsamen emotionalen und spirituellen Ebene umgegangen.

Die meisten oberösterreichischen Shiatsu-TherapeutInnen sind in einem ständigen Weiterbildungsprozess und haben ein breites Fachwissen. Sie beherrschen die Kunst der Shiatsu- Berührung in der Tiefe. Wir sind dankbar, dass die klassische Medizin in Teilaspekten menschlicher Krankheitsbilder viel Forschungsarbeit geleistet hat.



Die tiefe Auseinandersetzung mit Details hat zu großen Einsichten und eröffnenden Erkenntnissen geführt. Darum gibt es in Wahrheit keine Wertung zwischen östlichem und westlichem Denkansatz. Das Detail dient dem Ganzen und das Ganze dem Detail.

Schön wenn wir immer wieder Zeit finden in andere Richtungen zu schauen, lernen, integrieren und verbinden.

Shiatsu ist in seinem östlichen ursprünglichen (Selbst-)Verständnis eine ganzheitliche Körpertherapie.

GANZHEITLICH BEDEUTET: DIE WAHRNEHMUNG UND KOMMUNIKATION DURCH BERÜHRUNGSTECHNIKEN MIT DER KÖRPERLICHEN, MENTALEN, EMOTIONALEN, SPIRITUELLEN EBENE IN EINKLANG ZU BRINGEN.

Was die biomagnetische Physik und Energiemedizin in den letzten Jahrzehnten erforscht hat, ist schon lange uralter Erfahrungsschatz in der Chinesischen Medizin. Interessante Lektüre für jene, die sich gerne tiefer mit der Wirksamkeit von Shiatsu auseinandersetzen möchten:

James Oschman „Energiemedizin“, Walter Rademacher „Shiatsu in der Praxis“, Suzanne Yates „Shiatsu Schwangerschaft und Geburt“ (besonders lesenswert für Hebammen und medizinisches Personal in Geburtskliniken). Die Quantenphysikerin Patrizia Stefanini hat einige wissenschaftliche Publikationen in Mailand veröffentlicht und leitet eine Shiatsuschule mit Niederlassungen in Florenz und Mailand. Cliff Andrews und die leider vor kurzem verstorbene Pauline Sasaki sind die Entwickler der 4 Ebenen Shiatsutechnik. Cliff leitet eine Schule in England.

Unzählige gute Lehrer aus Übersee, Japan und Europa sind ständig um die Weiterentwicklung der Shiatsutechnik bemüht. Bei den Shiatsu-Kongressen die alle 4 Jahre im Chiental in der Schweiz stattfinden, ist der große gegenseitige Respekt und das Wohlwollen unter den TherapeutInnen und SchulleiterInnen zu spüren, die Lust den neuesten wissenschaftlichen Forschungen nachzuspüren, um Verwertbares zu integrieren und neue Therapien zu entwickeln, ist groß.

SHIATSUbehandlung!?

Wer's oberflächlich kennt sagt: „Ja, ja, des kenn i: da liegt ma am Boden, bekleidet, da krabbelt eine/r rund um einem und lehnt sich auf einem, Dehnungen,...manchmal steigt die/der mit den Füßen am Rücken herum, letztes Mal bin i eingeschlafen, der eine Punkt hat richtig weh getan....., einmal hab i im kleinen Zehchn was gspürt wie sie oben an der Schulter nur die Hand drauf gehalten hat....., mei war i müd nachher....., mein Hirn war wie ausgeleert...“

SHIATSU ist mehr:

Durch diesen sehr speziellen, intensiven Berührungskontakt bei einer Shiatsubehandlung sind sehr diffizile Qualitäten spürbar. Hier nur einige Beispiele:

- ▶ Der Körper fungiert neben dem Realisieren von Handlungen und diversen anatomischen Funktionen, als Trägersubstanz für Emotionen, mentalen Fokus und einer fokuserweiterten spirituellen Ausrichtung.
- ▶ Die emotionale Ebene ist für Shiatsu-Therapeuten besonders im Bindegewebe spürbar.
- ▶ Im lymphatischen System begegnen wir neben der Körpersubstanz den mentalen Aktivitäten.
- ▶ Die schnelleren biomagnetischen Frequenzen - wie die des vegetativen Nervensystems - sind oft im Einsatz bei spirituellen Prozessen und können im BodyOff-biomagnetischen Feld ebenso lokalisiert werden, wie im Nieren/Blasenmeridian, dem Konzeptionsgefäß und dem Lenkergefäß. Die Wahrnehmung der jeweiligen Ebenen hängt sehr stark von der Auf- und Ausrichtung der/des TherapeutIn ab.

Die Lebensfunktionen und Prioritäten eines Lebewesens sind im Meridiansystem besonders deutlich lesbar. Die aktuelle Befindlichkeit ist für erfahrene Shiatsu-TherapeutInnen in den Yin- und Yangmeridianen, sowie in den Sondergefäßen eindrucksvoll wahrnehmbar.

Dabei wichtig sind die Ergebnisse der geschulten Wahrnehmung in der Antlitzevaluierung, des Tastbefunds an Organzonen, die Bindegewebsbeschaffenheit und das genaue Hinhören auf Sprachklang und Ausdruck, sowie das Wahrnehmen



eventueller Körpergerüchen. Diese geben wichtige Informationen um das Ursprungsthema zu ergründen und einer Lösung zuzuführen.

Diese aussagekräftigen Signale ausgehend von Körperhaltung, Körperthermik und Ausdruck werden mit dem Erlernten und in der Erfahrung reich geprüften TCM-Wissen über Thermik, Meridiansprache, Akupunkturpunkte, Natur-Elemente-Ordnung in Verbindung gebracht.

Die im Körper spürbaren Auswirkungen von Lebensführung und Ernährung werden geprüft und mit berührungstechnischen, raumverbindenden Lösungen bearbeitet. Das Resümee wird in Anschluss mit einer Reflexion über Wahrgenommenes besprochen und alltagstaugliche, heilsame Veränderungen werden angeboten.

Wie sie anhand dieses, noch lange nicht kompletten Rundblicks einer shiatsutherapeutischen Behandlung feststellen können, liegt der Fokus im gesamten „Netzwerk Mensch“. Die mitgebrachten Themen einer/s KlientIn wie z. B. Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Schlaflosigkeit, Kinderwunsch, frühzeitige Wehen (die shiatsurelevanten Wirkungskreise sind endlos) werden - wie Sie sehen nicht punktuell lokalisiert und sezirt, sondern anhand von Funktionskreisen bearbeitet.

Alleine Rückenschmerzen haben eine Vielzahl von Ursachen und sind durch die Behandlung der Lokalisationsakupunkturpunkte entlang der gesamten Wirbelsäule und in der raumverbindenden Organzonen im Bindegewebe meist leicht in ihrer Ursprungsproblematik zu beheben. Sofern die Zusammenarbeit mit dem Betroffenen gelingt (Veränderung der Lebensführung wie z.B. vermeiden von aufputschende Substanzen, wertvolle warme Ernährung, disziplinierte Gedankenführung, ausgleichende Prioritäten, regelmäßige Pausen und Herzerfrischendes, frische Luft...) ist auch eine nachhaltige Besserung möglich. Da die Zusammenhänge bei der Behandlung deutlich spürbar werden und durch die Shiatsutechnik Raum für Neues geschaffen wird, ist ein Wechsel zu einem heilsameren Alltag leichter.

Damit ist Shiatsu eine ideale Hilfestellung auf dem Weg von der Eigenwahrnehmung zur Eigenverantwortung. Welche effiziente Therapie kann das noch bieten (?), während dabei noch der wohltuende Genuss der sanften Berührung, die Tiefenentspannung, die Achtsamkeit mit sich selbst in Aussicht gestellt wird.

„Sein dürfen was ist“. ICH BIN OK - das ist der Schlüssel in jedem heilsamen Behandlungsprozess. Shiatsu hat diesen Grundsatz als wichtigste Basis. Regelmäßige vorbeugende Shiatsubehandlungen bewirken eindrucksvolle physische und psychische gesundheitliche Stabilität.

Empfehlenswerte Auswirkungen der Shiatsu-therapeutischen Begleitung sind:

- ▶ Schmerzlösungen (durch Shiatsubehandlungen und Achtsamkeitsspiele)
 - ▶ psychische Stabilität durch Aufbau von Selbstwert und Selbstbestimmung
 - ▶ Esprit auf allen Ebenen (körperlich, mental, emotional und spirituell)
 - ▶ Frauengesundheit (Hilfestellung bei Kinderwunsch, Menstruation, Schwangerschaft, Geburt, Wechsel, Bindegewebe, kalten Füßen, Migräne)
 - ▶ Männergesundheit (Prävention und Behandlung für sexuelle Störungen, Prostatabeschwerden)
 - ▶ Funktionsdynamik (alle Arten von Funktionsstörungen)
 - ▶ mehr Ausdauer durch Pausenkultur und Motivationsqualität (Burn Out)
- u.v.m.

Wir freuen uns auf einen regen Austausch und verneigen uns vor Ihrem Einsatz um Gesundheit und Wohlbefinden.

Die SHIATSU-TherapeutInnen von Oberösterreich.
helgabarbier@shiatsu-ooe.at | www.shiatsu-ooe.at | www.shiatsu-verband.at